

Skialpinismus



Abb. 1 Vorschlag zur Schwierigkeitsbewertung Skialpinismus Der Gesamtanspruch wird mit der SAC-Hochtourenskala angegeben und die skitechnischen Schwierigkeiten werden mit der S- oder Volo-Skala bewertet.

SAC-Skala	- F +	- PD +	- AD +	- D +	- TD +	- ED +	- ABO +
Gesamtanspruch alpine Erfahrung, Kondition bzw. Länge der Route und des Zustieges, Seiltechnik, Skitechnik, Moral, Gefahr, Ernsthaftigkeit, Orientierung, ...	leicht	wenig schwierig bzw. mäßig	etwas schwierig bzw. mittel	schwierig bzw. hoch	sehr schwierig bzw. sehr hoch	extrem schwierig, extrem hoch	abschreckend schwierig
S-Skala	- 1 +	- 2 +	- 3 +	- 4 +	- 5 +	- 6 +	- 7 +
Volo-Skala	0.1 - 0.3	1.1 - 1.3	2.1 - 2.3	3.1 - 3.3	4.1 - 4.3	5.1 - 5.3	5.4 - 5.6
Skitechnik Durchschnitt bzw. Spektrum der gesamten Hauptschwierigkeiten einer Abfahrt (ab einer Länge von mind. 250 Hm), ausgehend von hartem, griffigem Schnee. Länge, Exponiertheit und Felsen verändern den Grad, genauso, wie die unterschiedliche Schneebeschaffenheit direkt vor Ort.	flache Skipisten, ähnliche Hänge	freies Gelände bis 25°, kurze Passagen bis 30°	25 - 35° kurze Passagen bis 40°	35 - 45° kurze Passagen bis 47°	45 - 50° kurze Passagen bis 53°	50 - 55° kurze Passagen bis 57°	55 - 60° + extreme Sprünge bzw. Schussabfahrten

Seil- und Sicherungstechnik

Die Rückmeldungen zu den Artikeln „Skialpinismus“ und „Skitechnische Schwierigkeiten“ in bergundsteigen 1/13 waren erfreulich und nehmen kein Ende. „Was glaubt ihr, ist die sinnvollste Bewertung? Was habt ihr bei der Abfahrt dabei? Habt ihr den Pickel da in der Hand? Wie sichert man einen Skifahrer in eine gefährliche Passage hinein? ...?“ Eine Flut an Anfragen kam sowohl direkt an die Autoren als auch an die Redaktion und so beschlossen Reinhold Scherer und Peter Plattner, das Thema aufzuarbeiten und ein paar Tipps und Tricks zu geben. Die meisten davon sind wahrlich nicht neu und können auch auf klassischen Skihochtouren bzw. bei rassigen Frühjahrs-touren in heiklen Situationen Sinn machen – einfach ausprobieren.

S

Schwierigkeitsbewertung

Beginnen wir mit der Frage nach der sinnvollsten Schwierigkeitsbewertung im Skialpinismus, denn offensichtlich haben nun mehrere Kollegen begonnen, eine Dokumentation von Steilabfahrten in ihren Gebieten in Angriff zu nehmen. Hier möchten wir auf die bewährten und anerkannten Möglichkeiten verweisen (vgl. bergundsteigen 1/13), die in leichten Variationen derzeit international überall wiederzufinden sind: Verwendet werden die siebenteilige S-Skala (mit +/-) oder die fünfteilige Volo- bzw. Toponeige Skala (zB 3.1/3.2/3.3) für die skitechnischen Schwierigkeiten und ergänzt werden diese mit der ebenso siebenteiligen SAC Berg- und Hochtourenskala, welche die Gesamtanforderung, inklusive Gefahr und Ernsthaftigkeit beinhalten. Es ist daher nicht unbedingt notwendig, eine eigene Ernsthaftigkeitsskala zu verwenden.

In Verbindung mit den Angaben zur Steilheit der Hauptschwierigkeiten (Durchschnittssteilheit zB 45° bzw. Spektrum zB 40–50°) würden wir die folgende Skala in Abb. 1 vorschlagen, die in einer leicht abgewandelten Variante bereits in Reinis Dokumentation „Freeski Tirol. Skialpinismus in der Mieminger Kette“ wiederzufinden ist (Abb. 1).

Die Herausforderung bei solchen Bewertungen ist, auch einen Vergleich zu internationalen Steilabfahrten herstellen zu können; vor allem was die Gesamtanforderung und die Skitechnik anbelangt (vgl. bergundsteigen 1/13). Durch allzu schwierige Angaben kann man schnell als Hochstapler verschrien werden und dadurch vor allem im Internet mit den verschiedensten Blogs schnell seinen guten Ruf verlieren. Vorsicht: Im Gegensatz zu so manchen coolen Angaben bei Freeride Contests werden im Skialpinismus nicht die steilsten Passagen (zB bis 60°) oder die Steilheit einer einzelnen Wechte bzw. eines Sprunges, sondern die Steilheit des gesamten Hanges in ihrer leichtesten Linie beschrieben (zB 37–47°/300 m, Passage bis 55°). Bei zu lockerer Bewertung hingegen besteht die Gefahr, potentielle Wiederholer allzu schnell in gefährliche Situationen zu manövrieren. Hier ist Feingefühl kombiniert mit großer Erfahrung erforderlich.



Abb. 2 Skimontage diagonal



Abb. 2 Ski nachziehen

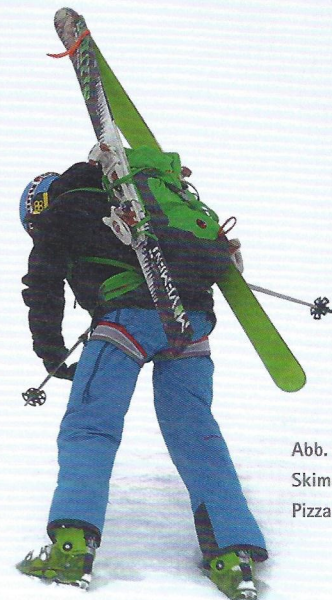


Abb. 2
Skimontage
Pizza

a

Aufstieg

Skimontage am Rucksack (Pizza, quer, diagonal) & Ski nachziehen (Abb. 2)

Die gängigste und stabilste Methode, die Skier am Rucksack zu befestigen, ist die Pizzamethode. Ein gutes Skifix an der Spitze ist notwendig für die Stabilität (ein solches Skifix sollte übrigens immer griffbereit eingesteckt sein). Manche Freerider montieren – meist im tiefen Schnee – ihre Skier auf Grund der Länge und der Breite auch gerne diagonal oder quer; nicht zuletzt deswegen, weil dadurch die Skischuhe weniger leicht an die Skikanten anstoßen, und/oder der Auslösemechanismus des jeweiligen Airbags nicht behindert wird. Diese Methode ist aber nur bei kurzen Passagen mit flachen Rucksäcken zu empfehlen, da ansonsten das System beim Aufstieg recht wackelig wird. Die diagonale Methode kann bei langen Aufstiegen zu einseitiger und manchmal sogar schmerzhafter Belastung einer einzelnen Schulterseite führen – vor allem dann, wenn das diagonale Tragesystem des Rucksackes schlecht ist (dh wenn zB der obere Spannriemen nicht direkt am Schultergurt ansetzt).

Im sehr anspruchsvollen und steilen Gelände erhöht das Nachziehen der Skier die Beweglichkeit beim Klettern im Eis und kombinierten Gelände und minimiert das Gewicht auf den Schultern. Bei vielen bzw. anhaltend felsigen Passagen hat diese Methode jedoch keinen Sinn, weil die Skier allzu oft hängen bleiben. Je

nach Geschmack werden die Skier mit einer Reepschnur im Abstand von ca. 3–5 m am Gurt nachgezogen; manche Rucksack-Hüftgurte besitzen auch kleine Schlaufen zum Nachziehen eines Schlittens oder eben der Skier. Ideal sind Skier mit einem Loch in der Spitze, durch das die Reepschnur gefädelt und verknötet werden kann (auch beim Abseilen und beim Herausprusiken aus einer Spalte können die Skier so am Gurt montiert werden).

Skier in den Schnee quer legen (Abb. 3)

Sobald Spitzkehren nicht mehr möglich sind (weil zu steil oder zu eng) und tiefer Neuschnee bzw. Pulver ein starkes Einsinken provoziert sodass selbst das Querlegen der Skistöcke ein Einsinken nicht mehr verhindern kann, wird mit dieser Basic-Methode die Auflagefläche erhöht, das Gewicht reduziert, somit ein Einsinken verringert und das Vorankommen deutlich erleichtert. Durch das minimierte Gewicht am Rücken und das „Drüberrollen“ über die Skier mit anschließendem Abstützen wird überdies die Oberschenkelarbeit erleichtert. Diese Methode empfiehlt sich ebenfalls bei angespannter Lawinsituation anstelle der Skimontage am Rucksack, weil sie mehr Beweglichkeit erlaubt und man durch den fehlenden großen Anker am Rucksack weniger leicht von den Schneemassen mitgerissen wird.

Knieabrollmethode (Abb. 3)

Im brüchigen Schnee kann ein lästiges und kräfteaubendes Einsinken auch dadurch minimiert werden, dass der Fuß nicht ganz belastet, sondern unmittelbar nach Aufsetzen des Fußes nach vorne auf die Knie gegangen und das gesamte Schienbein

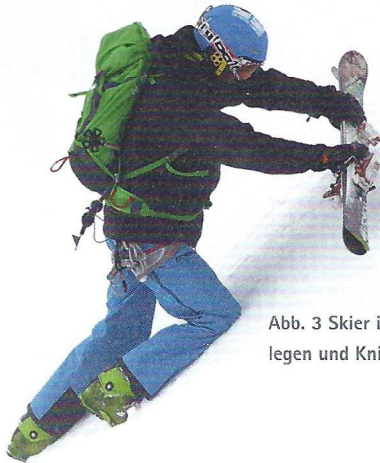


Abb. 3 Skier in den Schnee quer
legen und Knieabrollmethode



Abb. 5 Pickelstützmethode

belastet wird. Diese – „krabbelähnliche“ – Methode erhöht die Auflagefläche und verhindert damit oft auch ein Einsinken (Abb. 3).

Verstauen der Stöcke (siehe Titelbild, Abb. 7)

Muss ein kurzes Stück geklettert werden und die Stöcke mit den Schlaufen ums Handgelenk sind dabei hinderlich oder möchte ich in einer Hand den Pickel verwenden, können die Stöcke quer zwischen Rucksack und Rücken oder besser von oben hinter Rucksack und Rücken verstaut werden. Aber Vorsicht: wird das schlampig gemacht, kann ich sie auch verlieren (nicht gut). Weiß ich, dass ich auf den nächsten paar hundert Metern einen oder beide Stöcke nicht benötige, dann kann ich sie auch verlässlich parallel zu den Skier am Rucksack montieren.

Verwendung von Langlaufstöcken

Im Hochwinter bei pulvrigen Verhältnissen ist die Verwendung von klassischen Skiteillern unumstritten. Bei harten und eisigen Bedingungen – speziell im Frühjahr – hat die Spitze von Langlaufstöcken einen deutlich besseren Halt und kann mit der „Stempelmethode“ (Stock einfach ganz kurz über der Spitze bzw. dem Teller halten und wie einen Dorn verwenden) überdies als kleiner Pickelersatz eingesetzt werden. Auch der schmale und teils spitze Griff eignet sich gut, um den Stock tief in den harschigen Schnee zu rammen und ihn somit als Stütze, zB zum Überwinden einer Wechte, verwenden zu können. Auch bei der Abfahrt, bei der Verwendung eines Pickels in der Hand, hat dieser schmale Griff Vorteile, weil durchschnittlich große Hände somit sowohl Pickel als auch Stock umfassen können.

Pickelstützmethode (Abb. 5)

Prinzipiell gilt: sobald Steigeisen und/oder Pickel zum Einsatz kommen, ist ein Klettergurt angezogen. In steilen Schnee und Eisflanken, über die anschließend abgefahren wird, reicht fast immer die Stützpickeltechnik aus. Dieses Abstützen über den Pickel mit der Handfläche ist effizient und kraftsparend und in diesem „flachen“ Gelände wesentlich effizienter als eine Zugtechnik, die nur bei kurzen steilen Passagen benötigt wird. Bei Flanken bis 50° sollte ein klettertauglicher Pickel ausreichend sein, mit der anderen Hand wird ein Skistock verwendet. Erst im eisigen Gelände oder bei steileren Passagen über 50° ist ein zweiter Pickel bzw. ein kleines leichtes Eisgerät hilfreich. Alternativ kann auch die Spitze der Skistöcke (idealerweise Langlaufspitzen) oder ein Skistock mit integriertem Eispickel-Griff (von Grivel oder Black Diamond; vgl. S. 90) verwendet werden. Für ängstliche Leute, die bereits bei wenig steilen Flanken im Aufstieg zwei Pickel mit der Zugtechnik verwenden müssen, ist eine Abfahrt sowohl moralisch als auch aus Sicherheitsgründen wenig empfehlenswert ...

Verstauen des Pickels (Abb. 6)

Prinzipiell wird der Pickel nicht im, sondern außen am Rucksack angebracht und zwar so, dass er nicht stört, aber – vom Kumpel – schnell abmontiert ist. Wenn das Gelände rasch wechselt und man den Pickel griffbereit haben möchte, steckt man ihn wie im Sommer zwischen Rucksack und Rücken (Bergführerinnenmethode). Vorsicht: Bei unkontrollierten Bewegungen und Sprüngen (vor allem bei der Abfahrt) kann man den Pickel so relativ leicht



Abb. 6 Aufstieg mit Steigeisen und Verstaun des Pickels



Abb. 7 Seilsicherung und Verstaun der Stöcke

verlieren, v.a. wenn er schlampig oder einfach falsch weggesteckt wird; hier gilt es, mit seinem Pickel und Rucksack etwas herumzuspielen, bis eine geschmeidige Bewegung, evtl. durch eine vorhandene Pickelschlaufe, gefunden wird (Abb. 6). Eine alternative Montage des Pickels via Karabiner oder direkt durch die Materialschlaufe am Gurt ist extrem lästig, führt oft zu gefährlichem Stolpern – und ruiniert die Hosen.

Aufstieg mit Steigeisen (Abb. 6)

Je nach Schuhsohle (Profilgummi oder Plastik) werden die Steigeisen in Eis und auch Fels früher oder später zum Einsatz kommen; prinzipiell ist „früher“ eine gute Idee, da das Anlegen im exponierten Gelände extrem lästig sein kann. Die Technik ist wie im Sommer: Bei hartem, eisigem und mäßig steilem Schnee möglichst lange mit den Vertikalzacken seitlich „spitzkehrenmäßig“ aufsteigen, um Kräfte zu sparen. Erst bei zunehmender Steilheit – meist sobald mit den Armen gestützt werden muss – wird die Frontalzackenmethode effektiv. Und Antistollplatten sind eine verdammt gute Idee. Mit den Skischuhen ist es im felsigen bzw. kombinierten Gelände anders als mit Bergschuhen und viele Skialpinisten legen in diesem Gelände früher die Steigeisen an: erstens ist es egal, ob sie im Rucksack oder an den Füßen getragen werden und zweitens ist man auf alle Eventualitäten vorbereitet.

Verstaun der Steigeisen

Es gilt, die Steigeisen rechtzeitig anzuziehen. Sobald man aber in ein Gelände hineinklettert, wo nicht sicher ist, wie der Untergrund wird, empfiehlt es sich, die Steigeisen in einer Tasche am

Gurt bereit zu halten, sodass sie montiert werden können, ohne den Rucksack abzulegen oder gar auspacken zu müssen.

Wann Seilsicherung (Abb. 7)

Im Skialpinismus kann ein Absturz im Aufstieg oft auch tödlich enden. Wann das Seil verwendet wird, hängt daher – wie bei Hochtouren im Sommer – sowohl von der Moral als auch vom Können des einzelnen Skialpinisten ab. Da das Befahren steilerer und komplexer Abfahrten im Hochgebirge nicht nur einen guten Skifahrer, sondern auch oder vor allem einen guten Bergsteiger voraussetzt, wird beim Skialpinismus tendenziell eher später begonnen werden, im kombinierten Gelände oder Eis zu sichern. Prinzipiell werden alle, die im Aufstieg das Seil benötigen, auch bei der Abfahrt das Seil brauchen. Gute Skialpinisten sind durchaus bis zum Grad WI5 solo unterwegs. Sobald sich aber einer in der Gruppe unsicher fühlt, sollte entsprechend gesichert werden. Das notwendige Material ist ja nicht nur mit, sondern auch zur Hand bzw. der Gurt in solchem Gelände standardmäßig angezogen und das Seil „ausziehbereit“ in den Rucksack gestopft, sodass der Aufwand, jemanden ans Seil zu nehmen, ein geringer ist. „Wenn sichern, dann ordentlich“, gilt natürlich auch hier: Also entweder von Fixpunkt zu Fixpunkt, am laufenden Seil (Tibloc-Methode) oder am Fix- oder Geländerseil eingehängt. Der komplette Alpinist und die entsprechende Ausrüstung sind notwendig, um sich hier schnell für die beste Methode entscheiden zu können. Beim Installieren von Fixpunkten im tiefen Schnee bitte nicht vergessen, dass man mit seinen Skiern einen grandiosen Anker mit dabei hat ...



Abb. 8. „Hineinspringen“

Sichern kleinerer Schlüsselpassagen

Bei leichten, kurzen Schlüsselstellen – wie sie auch bei vielen klassischen Frühjahrstouren vorkommen – kann ein Nachsteiger mit einem kurzen Seil (20–30 m) auch schnell über ein Felsköpfl oder nachgeholt werden. Auch das Nachsichern mittels Körper-Schultericherung ist in Ordnung, wenn man fest hinter einem Grat oder in einem Kolk „verankert“ ist; aber nur, wenn es darum geht einen „Ausrutscher“ zu verhindern. Bei Absturzgefahr inkl. freiem Hängen muss Fixpunkt-gesichert werden.

a

Abfahrt

„Hineinspringen“ (Abb. 8)

Über kleinere Wechten und Felsen sowie kurze apere Stellen kann auch der Skialpinist-Normalverbraucher springen; falls er oder sie es sich zutraut. Der klassische Fehler der zum Sturz führen kann ist, dass SkifahrerIn verführt ist, die Skier sofort nach dem Aufkommen quer zu stellen, um abzubremesen; die Folge ist oft eine Kombination aus unsauberer Landeposition vermischt mit einer zu frühen Schwungauslösung – übel anzusehen und definitiv extrem instabil. So empfiehlt es sich, in aller Ruhe – möglichst zentral über den Skiern, evtl. etwas nach vorne – zu landen; dann unbedingt gerade weiterfahren, um den Aufprall gut abfedern zu können; erst bei stabiler Fahrposition wird mit einem Schwung zum Hang gebremst.

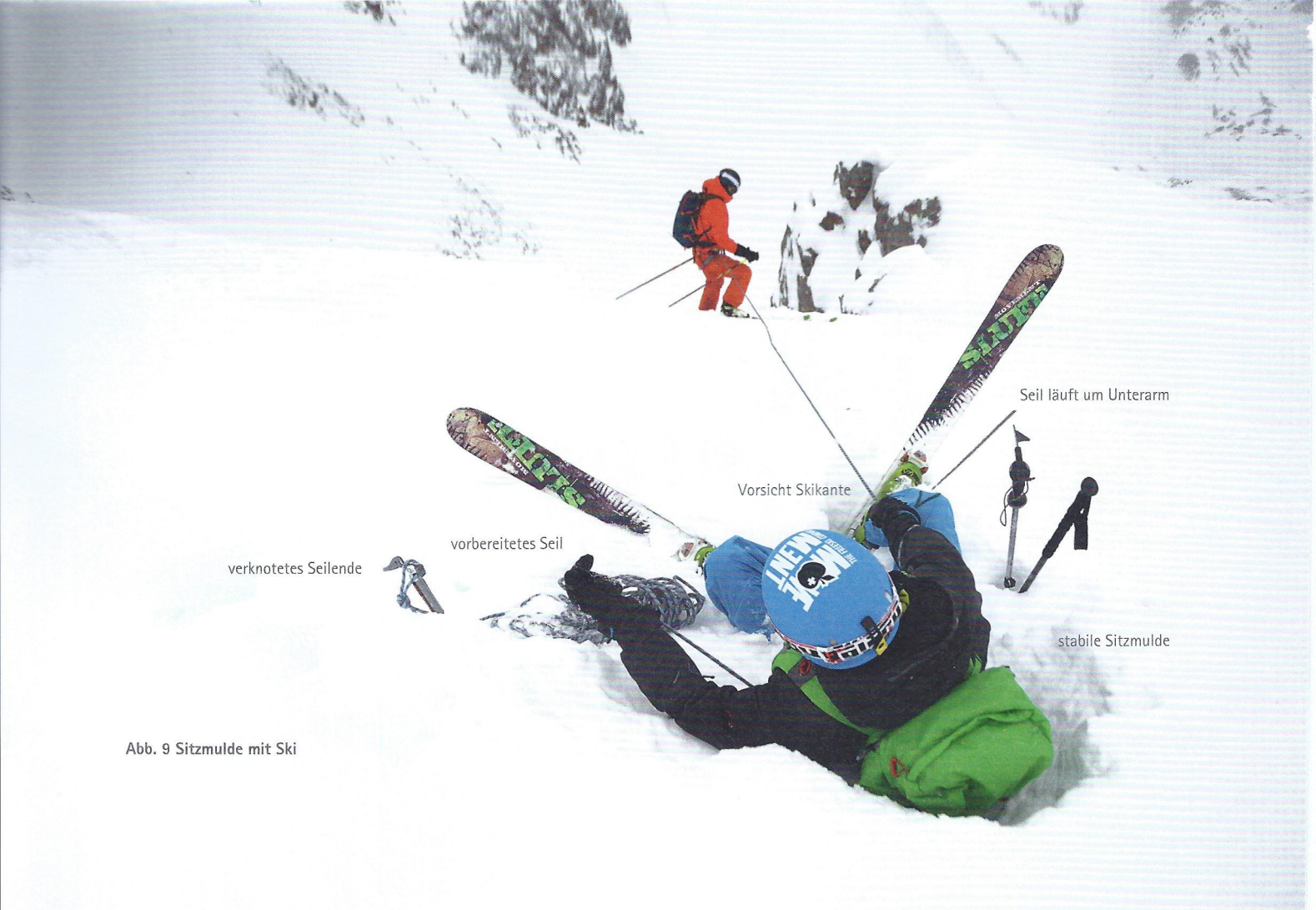
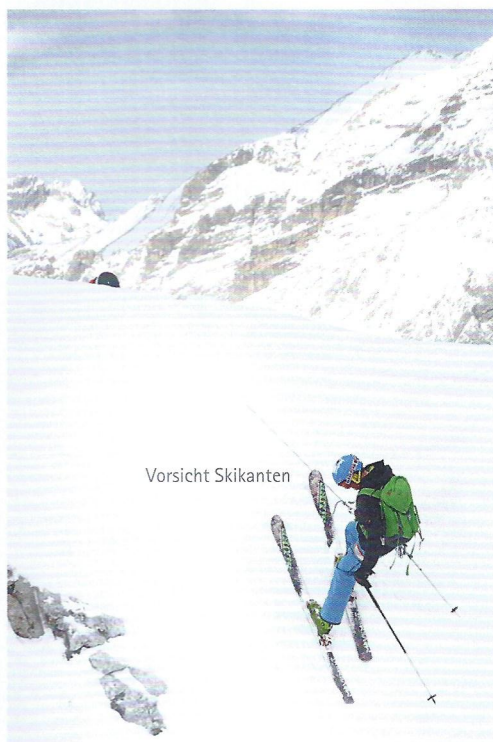


Abb. 9 Sitzmulde mit Ski



Abb. 9 Sitzmulde

Abb. 10 Sitzski



Vorsicht Skikanten

Abb. 11 Ablassen rückwärts mit angezogenen Skiern



Abb. 12 Abseilen

Gesicherte Ein-/Abfahrt (Abb. 9, 10, 11, 14)

Bin ich mir nicht sicher, ob ich die steile Einfahrt sturzfrei bewältigen kann, habe ich einfach Schiss oder weiß ich nicht genau wie es weiter geht und möchte das Gelände erkunden, dann lasse ich mich sichern. Klar, der Letzte muss entweder ungesichert abfahren (meist üblich) oder er sichert sich selbst bzw. seilt sich ab. Auch bei klassischen Skitouren gibt es immer wieder Passagen, wo es weniger Action bedeutet, die unsichereren Kandidaten schnell am Seil gesichert abfahren zu lassen. Und so kann das Ganze ablaufen:

■ Variabel flexibel den passenden Standplatz bauen (Haken, Köpferschlinge, Eisschraube, T-Anker mit Pickel/Ski, Sitzpickel, Körpersicherung-Ski, ... ; vgl. auch Baustelle Standplatz Firn in bergundsteigen 1/05).

■ Zu sichernde Person mittels Saferbiner und Achterschlinge anseilen; Seil geschmacks- und geländeabhängig entweder über die Schulter (wenn sehr steil) oder einfach unter dem Arm laufen lassen.

■ Gelände- und sturzraumabhängig das Seil durch HMS (wenn freier Sturz möglich) oder Karabinerknick bzw. um den Körper (wenn kein freies Hängen möglich) laufen lassen. Wichtig ist, dass das Seil flüssig ausgegeben werden kann, um den Abfahrer bei einem Schwung nicht versehentlich zu bremsen – was meist einen Sturz zur Folge hat...

■ Die gesicherte Person fährt bzw. rutscht über den steilen Bereich bzw. die Schlüsselstelle, hängt sich aus und fährt ungesichert weiter ab bzw. quert aus der Falllinie zu einem sicheren Platz, um auf die restliche Gruppe zu warten.

Ebenfalls nüchtern und situationsabhängig gilt es zu bewerten, ob man als sichernde Person wirklich am anderen Seilende eingebunden sein möchte oder dieses lieber nur mit einem Knoten absichert, um es im Notfall – d.h. wenn man zB aus seinem Stand oder besser Sitz gezogen wird – durch den Karabiner durch- bzw. um den Körper herumlaufen zu lassen, um es freigeben zu können. Das Ganze ist somit definitiv nichts für Anfänger.

Sitzski (Abb. 10)

Wie zuvor erwähnt unterscheiden sich die möglichen „Standplätze“ im Firn bzw. Schnee nicht wesentlich von jenen, die wir vom Hochtourengehen kennen. Zwei Möglichkeiten kommen aufgrund der Skier hinzu und diese bieten sich im tiefen Schnee perfekt an, um schnell und unkompliziert jemanden zu sichern. Beim Sitzpickel können statt des Pickels die Skier parallel bis zur Bindung in den Schnee gerammt werden, eine Schlinge/Reepschnur darüber gelegt und das andere Ende mit einem Karabiner im Gurt eingehängt werden. Man setzt sich jetzt knapp vor den Ski in den Schnee und baut sich eine richtige Sitzmulde, in der man sich mit den Beinen gut nach unten hin abstützen kann. Die Länge der Bandschlinge/Reepschnur wird evtl. noch auf die zum Bedienen ideale Länge verkürzt (abgeknotet), dann wird sie eingedreht (Ausgleich) und ein HMS-Verschlusskarabiner eingehängt. Je nach Situation wird mittels HMS oder Knicksicherung herauf- oder hinuntergesichert. Bei einem Zug/Sturz verteilt sich die Belastung auf die Skier und den Körper, mit etwas Training können überraschend hohe Kräfte gehalten werden; trotzdem nicht geeignet, wenn ein freies Hängen möglich ist.



Abb. 13 Seilgeländer



Abb. 14 Fixseil

Sitzmulde mit Skiern (Abb. 9)

Im Gegensatz zu dieser Variante des Sitzpickels ist folgender „Standplatz“ eine reine Ski-Spezialität, für die uns kein Name bekannt ist, weswegen wir sie einfach Sitzmulde mit Ski nennen. Diese Methode eignet sich nur für die Abfahrt bzw. wenn man seine Skier anhat. Wie beim Sitzpickel geht es darum, sich eine möglichst gute Sitzmulde zu schaffen, doch zusätzlich werden die Skier nach hinten unten in den Schnee gesteckt und verleihen mehr Stabilität. Erfahrungsgemäß hat es sich bewährt, einen Ski etwas flacher und einen etwas steiler in den Schnee zu stecken. Gesichert werden kann entweder mittels HMS oder Karabinerknick direkt in den Anseilring oder aber um den Oberkörper: Das Seil um den Rücken legen und zusätzlich um einen Unterarm schlingen um die Reibung zu erhöhen. Hier macht die Körpersicherung Sinn, da sie enorm schnell und unkompliziert aufgebaut ist. Ebenfalls nicht geeignet, falls freies Hängen möglich ist.

Abseilen/Ablassen rückwärts mit angezogenen Skiern (Abb. 11)

Für die Meisten ungewöhnlich, aber oft eine super Methode ist es, jemanden über eine Wechte oder eine sehr steile Stelle mit angeschnallten Skiern rückwärts abzulassen bzw. darüber selbstständig abzuseilen. Das macht v.a. dann Sinn, wenn das Gelände darunter weiterhin so steil oder ungut ist, dass es nur schwer oder nicht möglich ist, dort in die Bindung zu steigen (das Ein-/Aussteigen in die Bindung ist eine eigene, enorm wichtige Sache, die wir in bergundsteigen 1/13 auf S. 92 behandelt haben). Die Überwindung besteht darin, sich anfangs im Flachen „verkehrt“ hinzustellen und sich in Falllinie rückwärts hinunter-

zulassen; ist man erst einmal auf Zug, ist die Sache halb so wild. Sobald die Steilheit zurückgeht und ein guter Platz gefunden ist, werden die Skier quergestellt, das Seil ausgehängt (bzw. beim aktiven Abseilen abgezogen) und die Abfahrt kann beginnen.

Ablassen/Abseilen (Abb. 12)

Das passive Ablassen und aktive Abseilen funktioniert beim Ski-bergsteigen ebenso wie sonst auch immer. Die Skier und Stöcke sind entweder am Rucksack verstaut oder hängen bei längeren und überhängenden Abseilstrecken im Anseilring des Gurtes, was angenehmer ist.

Seilgeländer (Abb. 13)

Auch auf der ein oder anderen rassistischen klassischen Skitour gibt es kritische Querungen – teilweise sogar mit Bohrhaken entsprechend eingerichtet –, die durch das Spannen eines Seilgeländers entschärft werden können. Die Technik ist prinzipiell ident mit jener vom sommerlichen Bergsteigen. Erfolgt diese Querung mit Skiern, gilt es jedoch einige Dinge zu berücksichtigen. Da bei der Abfahrt keine Felle aufgezogen sind, erfolgen solche Querungen idealerweise leicht abfallend; der Erste, der auch das Geländerseil installiert, möge dies beachten und eine gute Spur wählen.

Das Seil selber sollte dann so gespannt werden, dass die Höhe angenehm zum Anhalten bzw. zum Einhängen einer Selbstsicherung ist, also etwa in Schulterhöhe. Wie bereits erwähnt, kann ein solches Seil nur zum Festhalten gespannt werden oder zur Selbstsicherung mittels Karabiner und Bandschlinge/Reepschnur.



Peter Plattner ist Bergführer.



Abb. 15 Abfahrt mit Pickel

Ist der zu querende Hang sehr steil, kann es außerdem Sinn machen, den bergseitigen Stock zu verstauen und stattdessen einen Pickel in die Hand zu nehmen.

Fixseil (Abb. 14)

Ein Fixseil, das in Falllinie läuft, kann sowohl mit also auch ohne Skier verwendet werden. Mit den Skiern am Rucksack montiert hilft es, steile Auf- und Abstiegspassagen zu bewältigen, indem man sich entweder nur festhält – hier helfen evtl. einige Knoten im Seil – oder aber mit einem Prusik sichert. Mit angeschnallten Skiern können an einem Fixseil steile und/oder eisige bzw. felsdurchsetzte Stellen, bei denen ein Sturz fatale Konsequenzen hätte, gesichert werden; oft sind das Einfahrten in Rinnen oder die ersten paar Meter von einer Scharte weg. Es hat sich dabei bewährt, seitlich und leicht rückwärts abzurutschen.

Es gibt mehrere Möglichkeiten, an einem solchen Fixseil gesichert abzurutschen: im Gurt eingehängtes Abseilgerät, HMS, Knicksicherung oder mit einer Körperbremse durch das um den Oberkörper gelegte und evtl. zusätzlich um einen Unterarm geschlungene Seil – ja, genau dieselben „Bremsmöglichkeiten“ wie zuvor bei der Sitzmulde mit Ski. Ist die Steilstufe mit einer dieser Techniken überwunden bzw. das Seilende erreicht, hängt man sich aus und quert aus der Falllinie bzw. fährt zum nächsten sicheren Warteplatz ab. Egal ob Geländerseil oder Fixseil: ausschlaggebend sind die Fixpunkte, die einfach passen müssen. Wie der Letzte dann hinunterkommt, möge schon bei der Auswahl dieser Fixpunkte berücksichtigt werden ...

Abfahrt mit Pickel (Abb. 15)

Die Abfahrt im steilen und harten Gelände erfolgt wie der Aufstieg: mit beiden Skistöcken, mit einem Skistock und einem Pickel oder mit einem Pickel und einem Skistock mit integriertem Pickelgriff. Der Pickel in der Hand wird meist nur bei Schlüsselstellen benötigt, die restliche Zeit muss er sicher und griffbereit zwischen Schulter und Rucksack verstaut sein (siehe Abb. 6, 12).

Wird es kritischer, nehme ich ihn heraus und halte ihn zusammen mit dem Skistockgriff in einer Hand, somit kann ich den Stock weiter normal verwenden, habe den Pickel aber in einer guten Position, um bei einem Wegrutschen rasch reagieren zu können. Wird es noch steiler/exponierter, verstaue ich einen Stock (siehe oben) und verwende den Pickel selbst als Stock bzw. kann ich ihn beim Abrutschen auch bergseitig am Schaft halten – bereit zum sofortigen Einschlagen (Abb. 15 links).

Alle beschriebenen Techniken möchten ernsthaft trainiert werden, bevor man sich damit ins reale Steilgelände begibt. Einige Steilwandfahrer verzichten übrigens prinzipiell auf das Abfahren mit einem Pickel in der Hand oder einem Seil, aber das ist eine Ethikfrage.

Fotos: Max Largo